



Developmental care in the NICU, Spanish

## Estímulo al desarrollo en la Unidad Neonatal de Cuidados Intensivos

Bienvenidos a la Unidad Neonatal de Cuidados Intensivos (NICU, por sus siglas en inglés) del Beth Israel Deaconess Medical Center. Nos esforzamos por hacer sentir a su bebé lo más cómodo posible desde el día en que llega a nuestra unidad hasta que le damos el alta. Nuestro personal cuenta con un terapeuta ocupacional y un fisioterapeuta para apoyar el crecimiento y el desarrollo de su bebé. Las siguientes recomendaciones le ayudarán a entender las necesidades del desarrollo de su bebé.



Hacemos todo lo posible para que la transición de su bebé a la NICU avance sin ningún problema. Antes de nacer, su bebé estaba acostumbrado a un ambiente muy tranquilo y oscuro donde todos los sonidos y luces eran filtrados por la pared del útero. Los límites firmes del útero lo calmaban, mientras se mecía lentamente en su vientre.

Cuando los bebés salen de este ambiente controlado necesitan un tiempo para adaptarse a su nuevo mundo. El personal de la NICU está altamente capacitado para hacer que esta transición marche sin problemas, al mismo tiempo que promueve el confort de su bebé y le brinda la mejor atención médica posible.

### Éstas son algunas de las cosas que usted puede hacer para ayudar:

#### Si su bebé tiene **menos de 34 semanas de gestación**

1. Mantenga oscuro el ambiente de su bebé. Si su bebé está en una incubadora y no recibe fototerapia, puede traer una manta oscura para cubrir la incubadora. Esto permitirá que su bebé duerma mejor.
2. Mantenga el mayor silencio posible. Háblele suavemente. A su bebé no le gustarán los sonidos fuertes o que más de una persona le hable a la vez. Algunos padres traen grabaciones con el sonido de latido del corazón para ayudar a calmar al bebé. Él o ella disfrutará de la música un poco más adelante.
3. Deje que su bebé duerma entre los momentos en que recibe los cuidados necesarios. El mejor momento para interactuar con su bebé es mientras le estén brindando cuidados. El sueño es muy importante para ayudar a su bebé a crecer.
4. Cuando toque a su bebé, hágalo dándole toques y límites firmes. No le gustará que lo toquen o acaricien en forma suave. Simplemente coloque sus manos sobre su cabeza, vientre o piernas para hacerle saber que está seguro y usted está allí. Póngale las manos juntas y junto a su rostro para calmarlo.

#### Si su bebé tiene **34 semanas o más de gestación**

Entre las semanas 34 y 37, la mayoría de los bebés pasa por un “cambio de personalidad”. Están más despiertos, interactivos y pueden estar listos para jugar con usted. Cada bebé alcanza esta predisposición en un momento diferente. Cuando su bebé esté listo, su enfermera, terapeuta ocupacional o fisioterapeuta le recomendará actividades para usted.

1. Todos los bebés (con muy pocas excepciones) harán la transición a dormir solamente cuando estén boca arriba. Ésta es la posición para dormir más segura para su bebé. Cuando esté en su casa, si su bebé se duerme de lado o boca abajo, por favor póngalo boca arriba. Para mayor información, por favor hable con su equipo de atención médica. Para obtener información adicional, llame a la *Back to Sleep Campaign* (Campaña volver a dormir) al 1-800-505- CRIB (2742).
2. Puede comenzar a leerle y a ponerle música a su bebé. Él o ella disfrutará oyendo el sonido de su voz. Ésta es una buena manera de fortalecer el vínculo con su bebé y estimular el desarrollo del habla y el lenguaje.
3. Pasar tiempo boca abajo: cuando su bebé esté despierto y bajo supervisión atenta, es importante que pase tiempo jugando boca abajo. Esto le ayudará a desarrollar los músculos que necesita para empezar a rodar de lado a lado y a gatear. Coloque a su bebé sobre una superficie limpia y firme. Según su bebé lo tolere, practique esto varias veces al día. Si él o ella se duerme en esta posición, póngalo boca arriba.
4. Otras posiciones divertidas para el juego son recostar a su bebé de lado o jugar con él o ella sentado. Cuando coloque a su bebé de lado, colóquelo de modo que éste en una posición en forma de “C” (es decir, con la espalda redondeada). En esta posición, le resultará más fácil poner sus manos en frente de su rostro y empezar a usar las habilidades tempranas de coordinación manual-visual.

Colocar a su bebé sentado en una cuna o en su regazo le permitirá interactuar más con usted, mientras trabaja para controlar los músculos de su cabeza y torso. Ayude a que su bebé esté cómodo poniéndole las manos juntas o junto a su rostro y sosteniéndole suavemente la cabeza.

5. Asiento para bebés: a esta edad, a los bebés les gusta que los coloquen en un asiento para bebés para empezar a explorar su ambiente. Esto les permite ver lo que hay a su alrededor e interactuar con las personas que los cuidan. No es necesario que acune al bebé en su asiento o lo haga vibrar, ya que puede resultarle excesivamente estimulante.
6. El toque y los juguetes: A su bebé le gustará sentir diferentes texturas y superficies. Los juguetes que incorporan diferentes texturas, colores vistosos y sonidos variados estimulan el aprendizaje temprano. La distancia ideal a la cual su bebé ve los objetos es a 8 a 12 pulgadas de la punta de su nariz, y le gustan los juguetes con colores vistosos o muchos contrastes.

Si tiene cualquier pregunta acerca del desarrollo de su bebé o desea recibir más recomendaciones, con mucho gusto nos reuniremos con usted. Por favor, pida a su enfermera que se comunique con Erin Goldblatt, OTR/L (terapeuta ocupacional) o con Stacey Adamson, PT (fisioterapeuta).

---

*Este material fue preparado por personal clínico de los servicios de rehabilitación y neonatología del Beth Israel Deaconess Medical Center. Es producido y distribuido por el Centro de Aprendizaje de Beth Israel Deaconess (The Beth Israel Deaconess Learning Center). ©2005, Beth Israel Deaconess Medical Center. Todos los derechos reservados.*

MC1620 12/05